

800 m

Stand: 03.11.2019

1	2:08,86	Krechel	Wolfgang	63 Troisdorfer LG	14.07.2013 Mönchengladbach	50
2	2:11,70	Netzband	Markus	66 TV Rheinbach	03.09.2016 Essen	50
3	2:13,19	Henke	Ulf	46 LT Ennert	16.05.1996 Aachen	50
4	2:18,16	Striepecke	Arnulf	66 SSF Bonn	23.06.2019 Köln	53
5	2:22,34	Bartsch	Karl-Heinz	63 TV Rheinbach	07.09.2013 Hamburg	50
6	2:23,93	Ufer	Rudolf	42 LGBTN (LC Bonn)	01.05.2002 Köln	50
7	2:24,85	Kuck	Hans-Jörg	61 Troisdorfer LG	22.09.2012 Duisburg	51
8	2:30,29	König	Stephan	68 TV Rheinbach	05.05.2019 Emmerich	51

1000 m

Stand: 03.11.2019

1	2:45,44	Krechel	Wolfgang	63 Troisdorfer LG	07.06.2013 Troisdorf	50
2	3:07,97	Kuck	Hans-Jörg	61 Troisdorfer LG	12.09.2012 Düsseldorf	51
3	3:08,14	Köhn	Peter	32 LAV Bad Godesberg	27.08.1988 Bergisch Gladbach	56
4	3:10,56	Reinisch	Frank	58 LLG St. Augustin	15.08.2013 Leverkusen	55
5	3:12,2	Hochgeschurz	Heinrich	11 TV Mannstaedt	15.08.1967 Troisdorf	56

1500 m

Stand: 12.09.2020

1	4:25,38	Krechel	Wolfgang	63 Troisdorfer LG	14.06.2013 Troisdorf	50
2	4:40,12	Henke	Ulf	46 LT Ennert	17.05.1996 Meckenheim	50
3	4:42,29	Lünser	Manfred	35 LGBTN (LC Bonn)	08.05.1997 Uerdingen	62
4	4:43,13	Vollmer	Dierk	41 ASV St. Augustin	16.06.1991 Erkelenz	50
5	4:50,5	Hochgeschurz	Heinrich	11 TV Klöckner-Mannstaedt	30.09.1961 Troisdorf	50
6	4:55,57	Schäfer	Franz	39 ASV St. Augustin	25.05.1989 Köln	50
7	5:02,39	Reinisch	Frank	58 LLG St. Augustin	22.08.2013 Leverkusen	55
8	5:02,60	Kuck	Hans-Jörg	61 Troisdorfer LG	12.05.2012 Bonn	51
9	5:03,7	Köhn	Peter	32 LAV Bad Godesberg	11.08.1990 Bonn	58
10	5:05,8	Herold	Arthur	35 Post SV Bonn	27.06.1985 Rom / I	50
11	5:06,89	Otten	Thomas	66 Alfterer SC	12.09.2020 Sonsbeck	54

3000 m

Stand: 19.07.2020

1	9:11,15	Klein	Ewald	36 LGS (TuS Thomasberg)	03.09.1986 St. Augustin	50
2	9:46,18	Krechel	Wolfgang	63 LAZPRS (TV Kaldauen)	16.08.2018 Berg. Gladbach	55
3	9:53,7	Köhn	Peter	32 LGBM (LC Bonn)	30.09.1986 St. Augustin	54
4	9:58,5	Rettig	Helmut	37 ASV St. Augustin	22.09.1987 St. Augustin	50
5	10:11,0	Knetsch	Bernhard	38 Alfterer SC	29.08.1989 St. Augustin	51
6	10:13,64	Netzband	Markus	66 TV Rheinbach	03.09.2016 Essen	50
7	10:25,1	Gust	Ernst	41 ASV St. Augustin	20.03.1992 St. Augustin	51
8	10:25,6	Hochgeschurz	Heinrich	11 TV Siegburg	10.09.1963 Troisdorf	52
9	10:28,3	Pernsch	Dietrich	38 LAV Bad Godesberg	12.04.1991 St. Augustin	53
10	10:30,8	Braun	Albert	35 LGBM (LC Bonn)	29.08.1985 Bergisch Gladbach	50
11	10:32,30	Otten	Thomas	66 Alfterer SC	19.07.2020 Sonsbeck	54
12	10:33,04	Vollmer	Dierk	41 ASV St. Augustin	31.08.1995 Bergisch Gladbach	54
13	10:34,64	Eich	Werner	45 LGBTN (Troisdorfer LG)	05.07.1995 Euskirchen	50
14	10:38,0	Herkenrad	Manfred	39 TV Wahlscheid	12.04.1991 St. Augustin	52

5000 m

Stand: 03.11.2019

1	15:39,5	Klein	Ewald	36 LGS (TuS Thomasberg)	24.09.1986 St. Augustin	50
2	16:36,26	Apfelbaum	Frank	63 SSG Königswinter-Ittenbach	14.07.2013 Mönchengladbach	50
3	16:45,2	Köhn	Peter	32 LGBM (LC Bonn)	24.09.1986 St. Augustin	54
4	16:48,13	Paulitschke	Wilfried	57 LAZPTS (TV Kaldauen)	30.05.2007 Köln	50
5	16:59,12	Krechel	Wolfgang	63 Troisdorfer LG	01.05.2013 Meckenheim	50
6	17:15,3	Rettig	Helmut	37 ASV St. Augustin	08.09.1988 St. Augustin	51
7	17:16,46	Schneider	Thomas	62 SSG Königswinter-Ittenbach	17.06.2012 Mönchengladbach	50
8	17:24,1	Klaff	Dieter	38 Alfterer SC	23.08.1989 St. Augustin	51
9	17:25,5	Knetsch	Bernhard	38 Alfterer SC	23.08.1989 St. Augustin	51
10	17:41,0	Herchenbach	Johannes	36 TV Neunkirchen	21.08.1986 Berg. Gladbach	50
11	17:54,6	Pernsch	Dietrich	38 LAV Bad Godesberg	19.04.1991 St. Augustin	53
12	18:03,8	Stock	Wolfgang	35 ASV St. Augustin	23.08.1989 St. Augustin	54
13	18:04,2	Schumacher	Andreas	35 LG Siebengebirge	16.08.1985 St. Augustin	50
14	18:09,5	Braun	Albert	35 LGBM (LC Bonn)	22.08.1985 Berg. Gladbach	50